

<第29回東京ノービスボディビル選手権大会進行表>緊急事態宣言用

8:00	役員集合	
9:00	1部選手受付	
9:30	ジャッジミーティング	
10:00	開会宣言	東京ボディビル・フィットネス連盟 理事長 宮畑豊
	来賓挨拶	(公社)日本ボディビル・フィットネス連盟 会長 藤原達也
	選手宣誓	成増トレーニングセンター所属 伊藤聡子
		ゴールドジムウエスト所属 梅澤凜太郎
	審査員紹介	

<1部プレジャッジ>

10:10	女子ビギナー	自然体ラウンド(1~6位順位付け) クォーターターン
10:16	女子フィジーク	比較審査(1~10位順位付け)ラインナップ~クォーターターン+規程4ポーズ
10:26	マスターズ70才	比較審査(1~4位順位付け)ラインナップ~規程7ポーズ
10:30	マスターズ60才	比較審査(1~7位順位付け)ラインナップ~規程7ポーズ
10:38	マスターズ50才	比較審査(1~11位順位付け)ラインナップ~規程7ポーズ
10:48	マスターズ40才	比較審査(1~7位順位付け)ラインナップ~規程7ポーズ

<1部ファイナル>

11:00	女子ビギナー	ポージングラウンド(1~6位順位付け) 規程3ポーズ
11:06	女子フィジーク	各自1分のフリーポーズ審査(1~5位順位付け)~ラインナップ°
11:16	マスターズ70才	各自1分のフリーポーズ審査(1~4位順位付け)~ラインナップ°
11:24	マスターズ60才	各自1分のフリーポーズ審査(1~4位順位付け)~ラインナップ°
11:32	マスターズ50才	各自1分のフリーポーズ審査(1~6位順位付け)~ラインナップ°
11:44	マスターズ40才	各自1分のフリーポーズ審査(1~4位順位付け)~ラインナップ°

<1部表彰式>

12:00	女子ビギナー	1~3位表彰
12:05	女子フィジーク	1~5位表彰
12:10	マスターズ70才	1~4位表彰
12:15	マスターズ60才	1~4位表彰
12:20	マスターズ50才	1~6位表彰
12:25	マスターズ40才	1~4位表彰

1部終了12:30

<2部プレジャッジ>

*2部選手受付・検量開始 10:30

12:50	60kg級	ピックアップ審査(19名⇒10名)ラインナップ~規程4ポーズ
13:05	65kg級	ピックアップ審査(28名⇒12名)ラインナップ~規程4ポーズ
13:25	55kg級	比較審査(1~7位順位付け)ラインナップ~規程7ポーズ
13:33	60kg級	比較審査(1~10位順位付け)ラインナップ~規程7ポーズ
13:44	65kg級	比較審査(1~12位順位付け)ラインナップ~規程7ポーズ

<2部ファイナル>

14:00	55kg級	各自1分のフリーポーズ審査(1~4位順位付け)~ラインナップ°
14:08	60kg級	各自1分のフリーポーズ審査(1~6位順位付け)~ラインナップ°
14:20	65kg級	各自1分のフリーポーズ審査(1~6位順位付け)~ラインナップ°

<2部表彰式>

14:40	55kg級	1~4位表彰
14:45	60kg級	1~6位表彰
14:50	65kg級	1~6位表彰

2部終了15:00

<3部プレジャッジ>

*3部選手受付・検量開始 13:00

15:20	70kg級	ピックアップ審査(29名⇒12名)ラインナップ～規程4ポーズ
15:40	75kg級	ピックアップ審査(24名⇒12名)ラインナップ～規程4ポーズ
15:55	75kg超級	ピックアップ審査(16名⇒8名)ラインナップ～規程4ポーズ
16:10	70kg級	比較審査(1～12位順位付け)ラインナップ～規程7ポーズ
16:22	75kg級	比較審査(1～12位順位付け)ラインナップ～規程7ポーズ
16:44	75kg超級	比較審査(1～8位順位付け)ラインナップ～規程7ポーズ

<3部ファイナル>

17:00	70kg級	各自1分のフリーポーズ審査(1～6位順位付け)～ラインナップ
17:12	75kg級	各自1分のフリーポーズ審査(1～6位順位付け)～ラインナップ
17:24	75kg超級	各自1分のフリーポーズ審査(1～6位順位付け)～ラインナップ

<3部表彰>

17:50	70kg級	1～6位表彰
17:55	75kg級	1～6位表彰
18:00	75kg超級	1～6位表彰

- *記載されている時刻は全て予定です。進行上前後することがありますのでご注意ください。
- *感染症対策として、密を回避しスムーズな運営を行います。選手・観客の皆さんのご協力をお願いいたします。
- *プレジャッジでは、複数で行っていたフリーポーズは行なわず規程ポーズでの審査となります。
- *3部制で行います。